

健康長寿のまちづくり

誤嚥性肺炎に気を付けて！

食べ物や唾液が、食道ではなく気管に入ってしまうことを「誤嚥(ごえん)」といいます。誤嚥が原因で起こる「誤嚥性肺炎」は、高齢者が発症しやすい病気であり、症状は下記のとおりです。

- 発熱
●激しい咳と黄色いタンが出る
●呼吸が苦しい

しかし、これらの症状は出ず、元気がない、食欲がない、のどがゴロゴロする…といった症状の時もあります。早めに病院を受診してください。

●高齢者の介護などに関する相談先 地域包括支援センター TEL 84-7322



誤嚥性肺炎は、主に食べ物や唾液と一緒に飲み込んだ細菌が気管や肺で炎症を起こし、発症します。食後の歯みがき、義歯の手入れ、歯がない方も、うがいやガーゼなどで口の中をふいて「口腔内を清潔にする」ことが大切です。また、次のことにも気をつけましょう。

- ・早食いはせず、しっかり噛んで食べる。食べる時は良い姿勢で
・テレビを見ながら、本を読みながらといった「ながら食べ」はしない。

豊前築上医師会看護高等専修学校 准看護師学生募集

◎2次募集

- 試験日 1月26日(土)
■願書受付 1月7日(月)～25日(金)[必着]

◎3次募集

- 試験日 2月23日(土)
■願書受付 2月4日(月)～22日(金)[必着]

- 試験科目 国語・作文・面接
■募集人員 30名
■修業年限 2年
■受験資格 中学校卒業(見込)以上 ※年齢制限なし
■奨学金制度・支援金制度 有り
※詳細については、本校へお問い合わせください。

●問い合わせ先 豊前築上医師会看護高等専修学校 (福岡県豊前市八屋1522-2) TEL 82-0607

平成30年度 豊前市外二町清掃施設組合 リサイクル講座受講生募集

- 講座名 Tシャツでぞうり作り
■開催日 2月8日(金)・15日(金)10:00～12:00 2回の講座で一つの作品を作ります。
■場所 豊前市外二町清掃センター (豊前市大字八屋322-45)
■募集人数 25名
■申込期間 1月7日(月)～25日(金)※土、日を除く
■受付時間 8:30～16:30

●申し込み・問い合わせ先 豊前市外二町清掃センター TEL 82-2192

ハッピー子育てセミナー

- 日時・テーマ 1月26日(土)13:30～15:00 「不思議な出会い、嫁と姑」
2月9日(土)13:30～15:00 「うちの子にかぎって～友達トラブル・不登校など、一人で悩んでいませんか?～」
■講師 一般社団法人 倫理研究所 柴田 多恵子氏
■場所 豊前市山田公民館
■参加費 300円(テキスト代・お菓子代)
■託児 無料
●問い合わせ先 一般社団法人 倫理研究所 家庭倫理の会 豊前市 TEL 88-2493(丸山) TEL 23-3690(米田)

交通安全協会への入会のお願い

交通安全協会では、幼稚園、小中学校での交通安全教室や新入学児童へのランドセルカバーの贈呈、チャイルドシートの無料貸し出しなどの各種交通安全活動を実施しています。これらの交通安全活動は皆さんの会費により支えられています。ご理解並びに入会をよろしくお願ひします。

- 会員の特典制度 会員証の提示で、福岡県と大分県の協賛店約1,280店舗で割引制度が受けられます。※詳細は協会のホームページをご覧ください。
■入会方法 各地区の交通安全協会窓口または県内4か所の運転免許試験場(福岡・北九州・筑豊・筑後)及び2か所のゴールド免許センター(渡辺通、黒崎)で入会手続きが可能です。
■年会費 400円
●問い合わせ先 豊前築上交通安全協会 TEL 83-3569

1月の買い物バスツアー 参加者募集

〈高齢者等買い物バスツアーモデル事業〉

高齢者の生きがいづくりや買い物支援の一環として、買い物バスツアーを開催します。モデル事業として、試験的に実施していますので、皆さんからのご意見やご要望をお寄せください。

今回は、コミュニティバスなどの乗り継ぎが可能な運行時間を設定しています。ぜひお気軽にご参加ください。

- 対象者 概ね65歳以上の買い物を楽しみたい方(付添の方も参加できます) ※介助を必要とせず買い物ができる方とします。
■参加費 無料 ※集合場所までの費用は各自でご負担ください。
■目的地 ゆめマート(豊前市大字岸井)
■コース マイクロバスで、集合場所からゆめマートまで送迎します。
■申込方法 下記まで電話でお申し込みください。

(1)1月21日(月) ○集合場所 ①大平支所 ②上毛町役場 ③げんきの杜

Table with 2 columns: 往路, 復路. It details the bus routes for January 21st, including departure times and destinations like Yume Mart and Genki no Mori.

(2)1月29日(火) ○集合場所 ①大平支所 ②上毛町役場

Table with 2 columns: 往路, 復路. It details the bus routes for January 29th, including departure times and destinations like Yume Mart and Genki no Mori.

●申し込み・問い合わせ先 長寿福祉課 福祉医療係 TEL 72-3188(内線167)

平成30年度上毛町生涯学習講座 『国際理解講座』

- 日時 1月19日(土) 10:00～12:00 タイ語について
1月26日(土) 10:00～12:00 タイ文化、バンコクについて
■講座内容 タイの文化に親しみ、異文化理解を深めるための講座を開催します。
■場所 げんきの杜 視聴覚室
■主催 上毛町中央公民館
■共催 上毛町教育委員会
■対象者 タイの文化などに興味のある町内在住の方
■定員 20名 ※先着順とします。
■講師 メイン講師:ノブル・ナリンヤー(上毛町国際交流員) サブ講師:立命館アジア太平洋大学(APU)留学生
■受講料 200円(保険代など)
■申込期間 1月4日(金)～17日(木)
■申込方法 ※郵送及び電話での申し込みは不可。教育委員会・げんきの杜・たいへいの里(大平支所)・西吉富コミュニティセンター・唐原コミュニティセンターの窓口に設置している申込用紙を教育委員会窓口に持参してください。また、ホームページからダウンロードすることもできます。
●問い合わせ先 上毛町教育委員会 教務課 社会教育係 TEL 72-3165(内線174)



こうげの野草ワークショップ 「ハーブ王子と野草生活(初春編)」 参加者募集

- 「ハーブ王子」として全国で活躍されている野草研究家の山下智道さんをお招きして、野草のワークショップを開催します。山下さんと一緒にこうげの里山を歩き、野草を美味しく楽しく活用する方法を考えてみましょう。
■日時 1月30日(水) 10:00～13:30
■講座内容 野草散策、春の七草料理 ※雨天の場合、散策は座学に変更
■場所 げんきの杜、矢方池周辺
■対象者 野草・里山に関心がある方
■定員 20名 ※先着順とします。
■講師 山下 智道氏(ハーブ王子/野草研究家)
■参加料 3,000円
■申込期間 1月4日(金)～23日(水)
■申込方法 申込用紙に必要事項をご記入のうえ、企画情報課窓口にご提出いただくか、メールまたはファックスでお申し込みください。 ※申込用紙は企画情報課窓口に設置しています。また、ホームページからダウンロードすることもできます。
●問い合わせ先 企画情報課 企画情報係 TEL 72-3112(内線122) FAX 72-4664 Email:kijyo@town.koge.lg.jp

